

유행성 인플루엔자 재난 대응 행동강령

배경:

인플루엔자의 전세계적 대유행 (pandemic)이란 인플루엔자 바이러스가 전세계적 범위에 걸쳐 유행하여 인구의 많은 부분을 감염하는 것을 일컫는다. 이러한 인플루엔자 바이러스는 계절성 감기 바이러스보다 더 많은 사람들을 감염시킬 수 있으며 보다 큰 의학적, 사회적 그리고 경제적 영향을 끼칠 수 있다. 유행성 인플루엔자는 보통의 감기보다 더 많은 합병증 (폐렴 등)을 야기한다.

증상:

계절성 감기와 비슷하나 보통 그 정도가 더 심각하다:

- 두통
- 인후염 및 감기
- 피곤함 및 무력감
- 콧물

치료:

항바이러스제를 사용해 유행성 인플루엔자의 증상을 다스릴 수 있다. 유행성 인플루엔자의 증세가 가벼울 경우에는 집에서 치료 가능하다:

- 전염을 막기 위해 다른 사람들과 거리를 둔다.
- 충분히 휴식을 취한다.
- 수분을 많이 섭취한다.
- 처방전 없이 구매할 수 있는 약으로 고열, 기침 그리고 코막힘을 치유한다.
- 절대 주류를 섭취하지 않으며 흡연을 삼가한다.

백신:

- 계절성 감기 백신은 유행성 인플루엔자를 예방할 수 없다.
- 과학자들은 백신을 제조하기 전에 새로운 인플루엔자 바이러스의 형태를 알아내야 한다.
- 새로운 인플루엔자 바이러스가 발견된 뒤 백신이 제조되기까지는 몇 개월이 걸릴 수 있다.

만약 인플루엔자가 대유행할 시:

- 유행성 인플루엔자의 최신 정보에 유의한다.
- 다음을 포함한 대비책을 세운다:
 - 학교가 문을 닫을 경우를 대비한 유아 보호 및 보육
 - 거주지의 가족들을 위한 물품
 - 직장이 문을 닫았을 경우에 대한 대비
- 다음을 포함한 응급대비 세트를 구비한다: 응급대비 세트를 만드는 방법은 www.72hours.dc.gov 를 참조한다.
 - 물과 상하지 않는 식품
 - 구급 치료 물품과 처방 약품
 - 연락처와 중요한 의학 정보
 - 건전지로 작동하는 라디오와 추가 건전지
- 손을 자주 닦고 휴지나 소매 뒷단에 기침하는 등 좋은 건강 습관을 들인다.
- 친인척, 이웃 그리고 지역사회의 대유행 대비를 돕는다.